

Personas con diabetes de toda España recorrerán virtualmente Córdoba hasta el 6 de junio

- **La red social Haciendo Camino, de la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk, incorpora un reto que consiste en caminar 79 km., equivalentes a cinco etapas virtuales por Córdoba.**
- **El ejercicio físico es uno de los pilares clave para el control de la diabetes, junto al control glucémico, el tratamiento y una dieta saludable.**

Madrid, 18 de mayo de 2021.- Córdoba se une al reto de la Red Social [Haciendo Camino](#). De esta forma, personas con diabetes de toda España podrán caminar virtualmente hasta el 6 de junio por esta provincia. Puesta en marcha a primeros de año por la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk (FDNN), es la primera Red Social creada en España para formar a las personas con diabetes y sensibilizar al resto de la población sobre la importancia de abandonar el sedentarismo.

La iniciativa busca fomentar la actividad física de forma segura, efectiva y eficaz, pese al distanciamiento social a causa de la pandemia y dada la condición de las personas con diabetes como grupo de riesgo. Como explica el profesor Jaume Picazos, patrono de la FDNN, “creemos que hoy es más importante que nunca seguir promoviendo unos hábitos de vida saludables. La mejor manera de hacerlo es manteniéndonos activos físicamente y con una alimentación equilibrada. Y hacerlo juntos es el mejor estímulo para empezar”.

Tras finalizar los retos del Camino de Santiago y Asturias, ahora **el reto es Caminar por Córdoba**. Con la colaboración de Abbott y [Turismo Córdoba](#), este consta de 5 etapas, de una media de 15-20km, durante las cuales el caminante podrá conocer, mediante fotos, vídeos e información aportada por este organismo, diferentes enclaves:

- Etapa 1. Córdoba capital y sus secretos.
- Etapa 2. Parte del camino mozárabe.
- Etapa 3. Vegueta del fresno.
- Etapa 4. Más allá de Medina Azahara.
- Etapa 5. Ruta del jamón ibérico por Los Pedroches de Córdoba.

Cualquier persona puede sumarse al reto, el cual está pensado para contabilizar el ejercicio físico realizado desde casa o al aire libre. Para ello, hay que subir al perfil en la Red Social la foto de la App en la que se vean los pasos/km. y la fecha. Unos pasos con los que ir alcanzando los kilómetros hasta llegar a completar la distancia real que existe entre los lugares de salida y llegada de cada una de las etapas del reto.

Para Claudia Medina, presidenta de la Asociación para la Diabetes de Córdoba (ADICOR), “después de los meses que llevamos reclusos en casa, y con el buen tiempo acompañando ahora, esta actividad va a ayudar a incentivar en los pacientes con diabetes hábitos de vida saludable, como lo es salir al exterior a caminar y a hacer deporte”.



Con el aval de la Sociedad Española de Diabetes (SED) y de la Federación Española de Diabetes (FEDE), *Haciendo Camino* pretende llegar a todas las personas con esta enfermedad, sus familiares y el resto de la población.

Retos y formación continua

Esta Red Social es el nuevo canal para crear una Comunidad de Caminantes activos durante todo el año. "Hemos trabajado para que sea atractiva y dinámica. Apoyo y motivación mutuos, consejos de nuestros expertos, compartir retos superados, experiencias o fotografías es solo parte de lo que se puede encontrar", comenta Jaume Picazos.

Asimismo, la red es un **canal de formación continua acerca de la diabetes**. Los miembros del comité de expertos de hábitos saludables de la FDNN se encargan de impartir formaciones en formato vídeo.

Acerca de la Asociación de Diabéticos de Córdoba (ADICOR)

Es una organización social sin ánimo de lucro, dirigida a apoyar, ayudar y asesorar a las personas con diabetes en todos aquellos aspectos que mejoren su calidad de vida, impulsando la educación diabetológica como parte imprescindible del tratamiento de la diabetes. La persona con diabetes es el centro de sus actuaciones. Para más información: <https://diabetescordoba.com/>

Acerca de Abbott

Con presencia en 160 países, Abbott crea productos sanitarios innovadores, así como productos nutricionales, herramientas de diagnóstico, dispositivos para la diabetes y productos oculares y vasculares basados en la investigación científica. Con estas innovaciones buscan ayudar a personas, familias y comunidades a tener vidas más sanas.

La empresa tiene como uno de sus objetivos causar un impacto positivo en las comunidades en las que están presentes, a través de asociaciones que promueven una mejora de la calidad de vida para las personas de toda España. Si desea saber más ingrese a <https://www.es.abbott/>

Acerca de la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk (FDNN)

La Fundación para la Diabetes Novo Nordisk es una entidad privada sin ánimo de lucro que aúna los más de 20 años de actividad de la española Fundación para la Diabetes y el casi un siglo de experiencia en todo el mundo de Novo Nordisk. Tiene la misión de contribuir al mejor desarrollo de la sanidad española favoreciendo la generación y divulgación del conocimiento al servicio de los ciudadanos y, concretamente, a los que padecen diabetes, sirviendo como foro de encuentro de todos los colectivos implicados en la diabetes y mejorando la vida de las personas con diabetes a través de una mejor educación para la salud y del desarrollo de una sociedad más saludable.

Para más información:

Silvia Muñoz

FDNN

T. 616 92 44 92

www.fundaciondiabetes.org

Mónica Villegas

Cícero Comunicación

T. 650 143 288